





2011 2012

05 63 57 03 70 - www.mjcgaillac.org

ANIMATEURS

ARTS PLASTIQUES : Sandrine DELPLA
ATELIER D'ANGLAIS : Khadidja BRECHOIRE
BODY KARATÉ : Cécile REMOND
CHANT : Juliette BOYER
CIRQUE : Laurent ROUFF
CLUB DES LANGUES : Hector MAC DONALD, Xavier MARCAIS
COUTURE : Marie SEGUIS
DANSE : Introduction à la danse : Ezra GROENEN, Classique : Lydia VINUELLA, Ezra GROENEN. Contemporain : Marie-Pierre GENARD, Ezra GROENEN, Jazz : Anne CHABANON
DANSES ANCIENNES : Betty FOURNIER
DANSES DOUCES : Brigitte ESTOURNET
DANSES EN LIGNE : Flavie MICHEL
DANSE SÉVILLANE : Lucie PROS
ECHECS : Jack NICODEME, Rémi TORCOL
EVEIL CORPOREL : Hélène PARRA, Emilie BONNET
EVEIL MUSICAL : Juliette BOYER
GYM CÂLINE, TOP GYM, POP GYM, GYM ADOS : Emmanuelle BENYESSAD
GYM DOUCE : Bérengère FRANCESCHI
GYM TONIQUE : Jacques RIVIEYRAN
KARATÉ : Didier QUENAULT
LANGUES DES SIGNES : Richard GONZALEZ
QI GONG/TAÏ CHI : Yann ALAMELLE
ROCK : François ESCOBEDO
SALSA ET DANSES DE SOCIÉTÉ : Patricia ROHFRITSCH
SELF DÉFENSE : Yann ALAMELLE
SOPHROLOGIE : Claudette DELIGNY
THÉÂTRE : Sophie ANTELME (*"La clique"Cie*) (*Enfants, Ados*), Didier CASTANY (*Adultes*)
YOGA : Nicolas GRUNBERG
PHOTOGRAPHIE : Pilar LOPEZ
MODÉLISME : Franck FERNANDEZ, Roger BAGES
GUITARE : Christophe MULLER

ACTIVITÉS

P4. JEUNES ENFANTS

Cirque : 5/6 ans
Eveil corporel avec le RAM : 3 mois/2 ans
Eveil corporel : 2 ans/4 ans
Eveil musical : 4/7 ans
Gym câline : 3/5 ans
Introduction à la Danse : (4/ 7 ans)
Top Gym : 6/9 ans

P5. ENFANTS

Arts plastiques : 7/11 ans
Atelier d'Anglais : 7/10 ans
Atelier scientifique : 6/10 ans
Cirque : 6/7 ans et 8/9 ans
Danses Classique, Contemporain et Jazz : 8/10 ans
Echecs : 8/9 ans
Guitare : 7/10 ans
Karaté : 6/12 ans
Pop Gym : 10/12 ans
Théâtre : 7/11 ans

P6. PRE-ADOS/ADOS

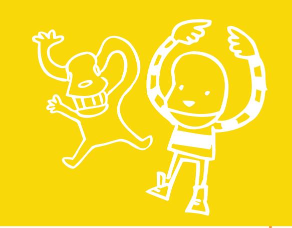
Atelier scientifique : 10/17 ans
Body karaté : à partir de 13 ans
Polyphonie vocale (chant) : à partir de 15 ans
Cirque : 10 ans et +
Danses Classique, Contemporaine et Jazz : 12 ans et +
Danse Sévillane : à partir de 12 ans N
Echecs : 12/16 ans
Gym Ados : 13/17 ans
Guitare : 10/17 ans
Hip-Hop : 10/17 ans
Karaté : à partir de 13 ans
Langues des signes : à partir de 15 ans
Photo : 10/17 ans
Roller : 10/17 ans N
Théâtre : 12/17 ans

P7. ADULTES

Body karaté
Polyphonie vocale (chant)
Club des langues
Couture N
Danses anciennes N
Danses douces N
Danses en ligne N
Danse Sévillane N
Danses de société
Echecs
Gym douce
Gym tonique et d'entretien N
Karaté
Langues des signes
Qi Gong/Taï chi N
Rock débutant N
Salsa cubaine et portoricaine
Self défense N
Sophrologie N
Théâtre
Hatha YOGA



= NOUVEAUTÉS



INFOS CLUB DANSE

DANSES CLASSIQUE, CONTEMPORAIN :

Public concerné : Enfants, adolescents, adultes.

Objectifs : acquisitions techniques selon les ages et la technique choisie, en lien avec les textes du Ministère de la culture. Les ateliers sont dispensés par des intervenantes qui ont soit le Diplôme D'enseignement de la danse soit la Dispense.

Les ateliers d'éveil, d'initiation et débutant sont des troncs communs. Pour les deux premiers il s'agit de mettre les enfants en situations de jeux corporels, et de leur apporter des notions d'espace et d'écoute du groupe et aussi musicale. Pour le niveau débutant, donner aux enfants les bases techniques de placement, apprentissage de petites variations et approche de l'improvisation pour pouvoir, ensuite, se diriger vers la technique de son choix.

Pour les ateliers danse contemporaine, acquisition aussi dans la technique de l'improvisation et de la composition.

L'intérêt est de découvrir un vrai plaisir à la pratique de la danse, que cette pratique soit un moyen pour que la créativité et l'expression personnelle s'expriment, tout en se familiarisant avec les techniques de la danse.

DANSE JAZZ :

Public concerné : Enfants, adolescents, adultes.

danse Jazz-danse de rue (street)-music hall-modern. Différents niveaux vous sont proposés en fonction de l'âge et du niveau de vos enfants. Pendant ces cours se mêlent échauffement, étirements, travail de la technique, mais aussi chorégraphie à chaque fin de cours sur des musiques diverses...

TARIFS

3/4 heure	198€/an	*(66€x3)*
1 h /semaine	216€/an	*(72€x3)*
1 h15 /semaine	228€/an	*(76€x3)*
1 h30 /semaine	246€/an	*(82€x3)*
2 h/semaine	276€/an*	*(92€x3)*
+ de 2 h/semaine	306€/an*	*(102€x3)*

**Tarifs considérés comme 1 seule activité*

INSCRIPTIONS DANSE (À LA MJC)

Lundi 12 et mardi 13 septembre 2011 de 17h à 19h

REPRISE DES COURS

Semaine du 19 septembre 2011

FIN DES COURS

Après le gala de danse du 15 juin 2012

HORAIRES DES COURS

INTRODUCTION A LA DANSE :

MERCREDI

10h-10h45
Eveil 1 (4 ans)

10h45-11h30
Eveil 2 (5 ans)

11h30-12h30
Initiation 1 (6 ans)

16h-17h
Initiation 2 (7 ans)

CLASSIQUE :

MERCREDI

13h30-14h30
Débutant 1 (8 ans)

VENDREDI

17h30-18h45 Débutant2 (9-10 ans)

18h45-20h15 Préparatoire (11-13 ans)

20h15-21h45 Elémentaire/Supérieur (14 ans et +)

CONTEMPORAIN :

MERCREDI

14h30-16h
Débutant (8/10 ans)

LUNDI

17h30-19h Préparatoire/Elémentaire1 (11-14 ans)

19h-20h30 Elémentaire2/Supérieur (15 et +)

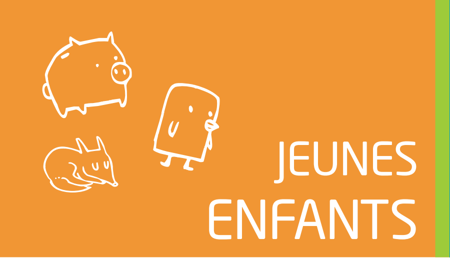
JAZZ :

SAMEDI

10h-11h
Préparatoire (11-13 ans)

11h-12h30
Débutant (8-10 ans)

12h30-14h
Elémentaire/Supérieur (14 et +)



JEUNES ENFANTS







CIRQUE 5/6 ans

Découvrir et s'initier aux arts du cirque. Prendre plaisir à découvrir les capacités de son corps, de sa manualité et de son imagination.

Pratique ludique des objets du cirque dans le cadre d'un programme se développant sur trois trimestres (acrobatie, jonglage, équilibre sur matériaux, jeux d'acteurs). Ces séances seront clôturées en fin de saison par une représentation.

Mercredi 10h30-12h
149€ + licence 15€
INSCRIPTIONS LE MERCREDI 14 SEPTEMBRE DE 14H À 17H A LA MJC

EVEIL CORPOREL 2/4 ans

Ateliers d'initiation aux mouvements et à la découverte du corps dans un espace de liberté motrice.

Mercredi 16h-17h
ESPACE CAMILLE, Gymnase Albert Camus. 109€
INSCRIPTIONS LES MERCREDIS 7-14-21-28 SEPTEMBRE DE 15H30 À 17H30 À L'ESPACE CAMILLE, GYMNASE ALBERT CAMUS

EVEIL CORPOREL avec le RAM

Rencontre assistantes maternelles/enfants autour du mouvement.

2 jeudis ou 2 mardis/mois, 9h45-10h45
ESPACE CAMILLE, GYMNASE ALBERT CAMUS. 75€

EVEIL MUSICAL 4/7 ans

Découverte du monde de la musique et du son de façon ludique par l'intermédiaire du corps, de la voix et de petits instruments.

Les activités proposées sont variées : jeux vocaux, chansons, percussions corporelles, instruments, invention, expression physique, création de partitions graphiques...

Mercredi 10h-11h. 149€

GYM CALINE 3/5 ans

L'enfant éveille ses sens, il a besoin de prendre confiance tout en découvrant son corps. A son rythme, la Gym Câline lui permettra de se découvrir avec des exercices tels que de la gym au sol, jeux de ballons, cerceaux, sur des musiques de fond.

mardi 17h-17h45. 149€
INSCRIPTIONS LE JEUDI 15 SEPTEMBRE DE 17H30 A 18H30 À LA MJC

INTRODUCTION A LA DANSE

EVEIL - 4/5 ans • INITIATION - 6/7 ans

Horaires et tarifs : informations détaillées page 3
INSCRIPTIONS LES 12 ET 13 SEPTEMBRE DE 17H A 19H A LA MJC

TOP GYM 6/9 ans

L'enfant est prêt à enchaîner des mouvements, avec la Top Gym nous travaillons toujours sur la coordination, l'enfant apporte des idées et il apprend à s'exprimer en public. Nous travaillons sous forme d'ateliers et ensemble.

Les supports utilisés seront des tapis, musique, ballons, initiation au ruban...

Mardi 17h45-18h45. 149€
INSCRIPTIONS LE JEUDI 15 SEPTEMBRE DE 17H30 A 18H30 À LA MJC







ENFANTS

ARTS PLASTIQUES 7/11 ans

Explorer le monde artistique : appliquer mais aussi se découvrir, créer des œuvres personnelles et réaliser de « grands » projets pour les manifestations locales.

MARDI 17H-18H30. 149€ (MATÉRIEL FOURNI)

ATELIER D'ANGLAIS 7/10 ans

Des ateliers ludiques qui permettront aux enfants de se familiariser avec la langue anglaise (jeux, chants, sketches …).

MERCREDI 11H-12H. 149€

ATELIER SCIENTIFIQUE 6/10 ans

VOIR RUBRIQUE ACTIONS JEUNES PAGE 12

CIRQUE

6/7 ans ET 8/9 ans

DESCRIPTIF VOIR RUBRIQUE « JEUNES ENFANTS » PAGE 4

MERCREDI 14H-15H30 (6/7 ANS) - 15H45-17H15 (8/9 ANS)
149€ + LICENCE 15€

INSCRIPTIONS LE MERCREDI 14 SEPTEMBRE DE 14H À 17H A LA MJC

DANSES CLASSIQUE, CONTEMPORAIN ET JAZZ 8/10 ans

HORAIRES ET TARIFS : INFORMATIONS DÉTAILLÉES PAGE 3

INSCRIPTIONS LES 12 ET 13 SEPTEMBRE DE 17H A 19H A LA MJC

ECHECS 7/11 ans

Initiation, tournois. Les échecs demandent de la concentration, de la réflexion, de la logique. Une aide utile pour le travail scolaire.

MARDI 17H-18H30 ET SAMEDI 10H-12H
25€ + LICENCE

GUITARE 7/10 ans

Classique

VOIR RUBRIQUE ACTIONS JEUNES PAGE 12

KARATÉ 6/12 ans

Karaté Shotokan de style traditionnel.

MERCREDI 18H30-19H45 AU DOJO PICHERY
VENDREDI 18H30-19H45 AU DOJO OISEL
149€

POP GYM 10/12 ans

L'enfant connaît son corps et souhaite maintenant évoluer, avec la Pop Gym nous donnerons un objectif. L'enfant va découvrir et apporter ses idées et les partager. Toujours sous forme d'ateliers ou par deux , nous monterons des exercices spécifiques (accro sport..)

MARDI 18H45-19H45. 149€

INSCRIPTIONS LE JEUDI 15 SEPTEMBRE DE 17H30 A 18H30 À LA MJC

THÉÂTRE 7/11 ans

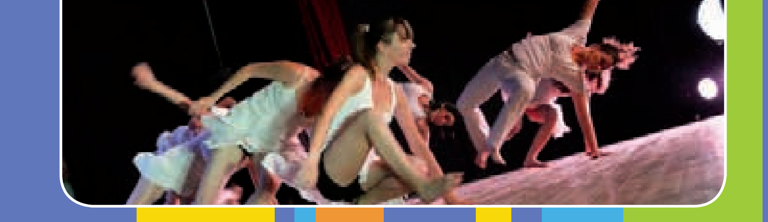
Un travail sur l'espace, le corps, le groupe, avec des jeux d'improvisations et une mise en bouche du texte.

Représentation en fin d'année du travail accompli (une création, des improvisations ou une mini pièce).

LUNDI 17H15-18H15. 149€



PRÉ-ADOS
ADOS



ATELIER SCIENTIFIQUE 10/17 ans

VOIR RUBRIQUE ACTIONS JEUNES PAGE 12

BODY KARATÉ a partir de 13 ans

Méthode combinant en musique, des enseignements de fitness, de cardio et de danse, tout en s'initiant aux techniques de self défense.

JEUDI 18H-19H AU DOJO PICHERY. 57€

CIRQUE 10 ans et +

DESCRIPTIF VOIR RUBRIQUE « JEUNES ENFANTS » PAGE 4

MERCREDI 17H30-19H
149€ + LICENCE 15€
INSCRIPTIONS LE MERCREDI 14 SEPTEMBRE DE 14H À 17H A LA MJC

DANSES CLASSIQUE, CONTEMPORAIN ET JAZZ

12 ans et +

HORAIRES ET TARIFS : INFORMATIONS DÉTAILLÉES PAGE 3

INSCRIPTIONS LES 12 ET 13 SEPTEMBRE DE 17H A 19H A LA MJC

DANSE SÉVILLANE 

a partir de 12 ans

La sévillana est une danse populaire espagnole originaire de Séville, qui se danse à deux, à un ou plusieurs couples, en cercle ou en groupe. Nous vous proposons un apprentissage des nombreuses figures des sévillanas telle que en carré, en rond ou encore avec un éventail.

MARDI 17H15-18H. 149€

ECHECS

12/16 ans

Initiation, tournois. Les échecs demandent de la concentration, de la réflexion, de la logique. Une aide utile pour le travail scolaire.

MARDI 17H-18H30 ET SAMEDI DE 10H-12H (NIVEAU 1 ET 2).
25€ + LICENCE

GUITARE

10/17 ans

VOIR RUBRIQUE ACTIONS JEUNES PAGE 12

GYM ADOS

10/17 ans

Le cours de Gym ADO va lui donner une autonomie pour créer ses chorégraphies gymniques, également sous forme d'ateliers et par cycles, nous découvrirons le nouveau corps de l'enfant (muscles...) sous forme d'exercices. Les supports utilisés seront des tapis, lests, élastiques et steps.

MARDI 19H45-20H45. 149€
INSCRIPTIONS LE JEUDI 15 SEPTEMBRE DE 17H30 A 18H30 À LA MJC

HIP-HOP

10/17 ans

VOIR RUBRIQUE ACTIONS JEUNES PAGE 12

KARATÉ

a partir de 13 ans

Karaté Shotokan de style traditionnel.

MERCREDI 19H45-21H AU DOJO PICHERY
VENDREDI 19H45-21H AU DOJO OISEL
149€





PRÉ-ADOS ADOS



LANGUES DES SIGNES

a partir de 15 ans

Initiation à la langue des signes

VENDREDI 19H30-21H. 195€

PHOTO 10/17 ans

prise de vue, développement de négatifs et positifs, initiation à la photo numérique

MERCREDI 14H-17H

VOIR RUBRIQUE ACTIONS JEUNES PAGE 12

THÉÂTRE 12/17 ans

Un travail basé sur la confiance, l'écoute, le corps et l'espace par le biais d'improvisations et de jeux théâtraux. Préparation de saynètes satiriques drôles et contemporaines. Présentation du travail en fin de saison.

LUNDI 18H15-19H45. 149€

ADULTES



BODY KARATÉ

Méthode combinant en musique, des enseignements de fitness, de cardio et de danse, tout en s'initiant aux techniques de self défense.

JEUDI 18H-19H AU DOJO PICHERY. 57€

POLYPHONIE VOCALE (CHANT)

Affiner son écoute, mieux connaître sa voix, en développer le potentiel et la mettre au service d'une pratique collective. Échauffement et travail technique autour d'exercices ludiques et traditionnels. Étude d'un répertoire polyphonique varié (classique, jazz, chanson, traditionnel).

Le chant est un merveilleux vecteur d'épanouissement personnel et de plaisir collectif !

MERCREDI 19H15-21H15. 222€

CLUB DES LANGUES

Une méthode non formelle et conviviale. Perfectionnez votre anglais ou espagnol, et en échange, aidez des anglophones / hispanophones à perfectionner leur français.

JEUDI 18H-20H. 15€

COUTURE 

Tous les 15 jours

MARDI 18H45-20H15. 75€

DANSES ANCIENNES 

S'inspirant des grandes époques de notre histoire, à travers le Moyen-Age, la Renaissance et le Baroque, Betty Fournier Directrice artistique de la Compagnie, présente des suites de danses allant du XIIIème au XVIIIème siècle (danses villageoises et danses de Cour de ces différentes époques : Branles, Pavanes, Basses danses, Gaillardes, menuets, Gavottes et Contredanses).

JEUDI 20H-22H. 79€

DANSES DOUCES 

Danses chorégraphiques en solo et en rythme sur des musiques variées et festives, très convivial. Accessible à toute personne voulant faire travailler sa mémoire, son équilibre, sa forme physique et sa bonne humeur. Progression à son rythme.

LUNDI 10H-11H30. 50€

DANSES EN LIGNE 

Issue à la base du folklore écossais et irlandais, la danse en ligne country a bien évolué depuis son introduction en France. Elle s'adresse à tous, pas besoin en effet d'être un sportif émérite, il suffit juste d'aimer danser. Elle peut en effet aussi bien se danser seul ou en couple sur de la musique country, de la new country ou de la pop.

JEUDI 19H30-20H30. 99€



ADULTES



DANSE SÉVILLANE 

La sévillana est une danse populaire espagnole originaire de Séville, qui se danse à deux, à un ou plusieurs couples, en cercle ou en groupe. Nous vous proposons un apprentissage des nombreuses figures des sévillanas telle que en carré, en rond ou encore avec un éventail.

Mardi 18h15-19h15
Début des cours le mardi 4 octobre
199€ par personne, 357€ par couple

DANSES DE SOCIÉTÉ

Vous pratiquerez et progresserez, avec Patricia, en danses latines : Cha cha cha, Samba, Rumba, Paso doble, Etc…, et en danses standards : Valse, Tango, Valse lente…

Mardi 21h-22h (niveau 1 débutants)
Mercredi 21h15-22h15 (niveau 2 initiés)
199€ par personne, 357€ par couple

ECHECS

Initiation, tournois. Mardi 14h-17h, Jeudi 20h-23h. 25€ + licence.

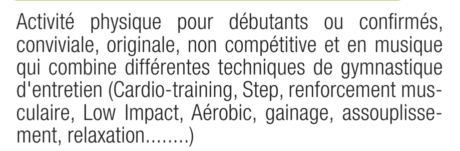
GYM DOUCE

Le mouvement juste unifie l'intérieur et l'extérieur.

Pratiquer une gym douce consciente, approfondir l'approche corporelle (retrouver la souplesse, développer et renforcer la masse musculaire, les réflexes et la coordination...) tout en se détendant et en se relaxant.

Allier l'utile à l'agréable, la puissance à la douceur, harmoniser le corps, l'émotionnel et le mental.

Mardi 9h30-10h30. 50€
(Possibilité d'ouvrir un 2e horaire si suffisamment de monde)



GYM TONIQUE ET D'ENTRETIEN N

Activité physique pour débutants ou confirmés, conviviale, originale, non compétitive et en musique qui combine différentes techniques de gymnastique d'entretien (Cardio-training, Step, renforcement musculaire, Low Impact, Aérobic, gainage, assouplissement, relaxation........)

Mardi 20h30-21h30. 80€

KARATÉ

Karaté Shotokan de style traditionnel.

Mercredi 19h45-21h au DOJO PICHERY
Vendredi 19h45-21h au DOJO OISEL
149€

LANGUES DES SIGNES

Initiation à la langue des signes

Vendredi 19h30-21h. 195€
ou 294 € en couple

QI GONG/TAÏ CHI 

Plus de tonus, moins de tensions nerveuses, plus de souplesse et d'équilibre, calme intérieur, concentration et confiance en soi...

"Pour garder le corps en bonne forme, étirez la taille, remuez le corps, travaillez les articulations et faites ainsi reculer le vieillissement"

A partir d'exercices simples, faciles à mémoriser, pour réguler le corps, le souffle, le mental. Taichi style Yang, formes courtes, longues,

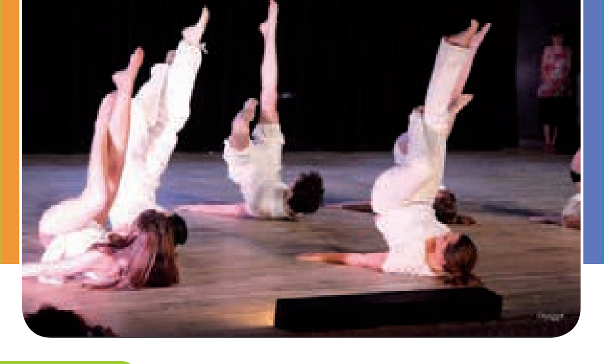
Qi Gong de l'Oie Sauvage, Yi Jin Jing, des 5 animaux etc...

Jeudi 10h-11h30. 159€

ROCK DÉBUTANT 

Initiation à la danse rock. Venez faire vos 1ers pas de Rock dans une ambiance détendue sur des musiques rock'n roll, Rockabilly, variété, Pop, etc...

Jeudi. Débutants : 20h30-21h30
109€ par personne ou 159€ par couple





ADULTES

SALSA CUBAINE ET PORTORICAINE

Danse latine chaleureuse et conviviale, se danse en couple et en rueda.

La salsa portoricaine se différencie de la salsa cubaine par son style plus sophistiqué et plus technique. Elle se danse en ligne et utilise les solos pour mettre en valeur le caractère des danseurs.

Vous pratiquerez, avec Patricia, la salsa mixte : utilisation des 2 techniques pour une danse plus riche.

Mercredi 19h15-20h15 (niveau 1) / 20h15-21h15 (niveau 2)
199€ par personne ou 357€ par couple.

SELF DÉFENSE 

Apprendre des techniques simples par des mises en situation, apprendre à gérer son stress. Contenu des cours : étude des blocages, des frappes, pieds, poings, des esquives, des déplacements, des dégagements, des saisies, travail sur la distance.

Mardi 18h45-20h15. 159€

SOPHROLOGIE 

Apprendre des techniques corporelles simples, ludiques, reproductibles dans la vie quotidienne qui favorisent le bien être, la gestion des angoisses, le renforcement de la confiance en soi, l'émergence et le développement des potentialités.

C'est en même temps s'offrir un moment de rencontre avec soi-même…

Jeudi 18h30-19h30. 199€
Début des cours le Jeudi 22 Septembre 2011
Réunion d'information préalable à l'inscription : jeudi 15 Septembre 2011 à 18h30

THÉÂTRE

Apprentissage des techniques théâtrales, par le biais d'échauffements (travail sur le corps, la voix, l'espace). Improvisations : entrer dans le personnage, cerner la situation, les rapports entre personnages, les enjeux.

Travail sur des extraits de textes d'auteurs reconnus (des classiques aux contemporains) : mémorisation, jeu. Préparation d'une présentation théâtrale et de toutes ses composantes (costumes, décors, lumières…).

Lundi 20h30-22h30. 199€

HATHA YOGA (MÉTHODE TRADITIONNELLE INDIENNE)

Le yoga a su traverser les millénaires car il répond au besoin profond de l'homme de vivre en harmonie avec lui-même et son environnement. En nous enseignant une approche différente du corps, du souffle et de l'esprit, il nous aide : à mieux nous connaître, à nous accepter tel que nous sommes, à gérer notre stress.

Dans la pratique les postures (asanas) assouplissent et tonifient le corps, libèrent les tensions musculaires et énergétiques. La respiration consciente (pranayama) accroît nos capacités respiratoires et nous amène à un état de concentration et de présence (dyana) qui pacifie l'esprit. Le tout génère bien-être, équilibre et clairvoyance.

NIVEAU 1 : accessible au plus grand nombre (pratiquant occasionnel, débutant) une soixantaine de postures de base sont travaillées ainsi que différentes techniques de respiration.

Mercredi 18h-19h15. 199€

NIVEAU 2 : les postures abordées sont plus exigeantes et demandent une meilleure condition physique, souplesse et tonus. Une pratique personnelle en plus des cours est fortement recommandée.

Mercredi 19h30-20h45. 199€

STAGES

EN COMPLÉMENT DES CLUBS D'ACTIVITÉS, LA MJC PROPOSE UNE SÉRIE DE STAGES DANS DIFFÉRENTES DISCIPLINES.

CES STAGES ONT POUR BUT D'APPROFONDIR UNE ACTIVITÉ DÉJÀ PRÉSENTE DANS LE CADRE DES CLUBS, MAIS AUSSI D'EN DÉCOUVRIR D'AUTRES.



	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
MASSAGE *1er octobre 2011* *8 octobre 2011* *15 octobre 2011*		15h à 17h Salle Expression Corporelle MJC	
DANSE CONTEMPORAINE *du 4 au 6 nov. 2011*	De 19h à 21h Salle Spectacles MJC	10h30 à 13h et de 14h à 16h30 Salle Spectacles MJC	10h30 à 13h et de 14h à 16h30 Salle Spectacles MJC
DANSE CONTEMPORAINE *du 3 au 5 février 2012*	De 19h à 21h Salle Spectacles MJC	10h30 à 13h et de 14h à 16h30 Salle Spectacles MJC	10h30 à 13h et de 14h à 16h30 Salle Spectacles MJC
LINDY HOP (INITIATION) *18 Mars 2012*			de 11h à 13h Salle Spectacles MJC
ATELIER CHORÉGRAPHIQUE JAZZ *A partir de 14 ans+adultes* *(niveau moyen) - 8 Juillet 2012*			de 11h à 13h Salle Spectacles MJC
DANSE CONTEMPORAINE *du 20 au 22 juillet 2012*	De 19h à 21h Salle Spectacles MJC	10h30 à 13h et de 14h à 16h30 Salle Spectacles MJC	10h30 à 13h et de 14h à 16h30 Salle Spectacles MJC

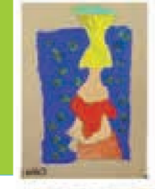


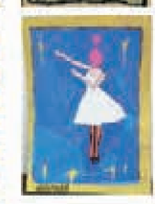
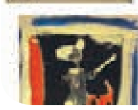
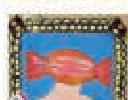
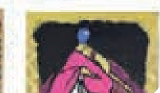


L'ANIMATION CULTURELLE

LA MJC IMPULSE ET PARTICIPE À DES ANIMATIONS CULTURELLES EN DIRECTION DE L'ENSEMBLE DE LA POPULATION. CES ACTIONS CONTRIBUENT À L'ÉQUILIBRE SOCIAL ET AU DÉVELOPPEMENT CULTUREL DE LA VILLE.

DES MANIFESTATIONS, DES CONCERTS, DES SPECTACLES SONT PROGRAMMÉS RÉGULIÈREMENT :



- DU 12 AU 18 SEPTEMBRE :
Exposition sur le thème du cirque (pendant la venue du cirque « Zampanos » dans le Parc Pichery)

- EXPOSITION DANS LE CADRE DU SALON DU LIVRE

DU 30 SEPTEMBRE AU 14 OCTOBRE :
Exposition peinture « ARTCAT » des résidents du CAT de Jarlard d'Albi

VERNISSAGE DE L'EXPOSITION LE VENDREDI 30 SEPTEMBRE À 17H30

- VENDREDI 14 OCTOBRE :
Clôture de l'exposition par une représentation théâtrale « les masques blancs » et la troupe « ARTCAT » à la MJC

- SAMEDI 19 NOVEMBRE :
Concert "Winter festival" à la MJC

- DU 21 NOVEMBRE AU 10 DÉCEMBRE :
Exposition peinture et sculpture « Entre ville et campagne » Rosy Roques et Michèle Queva

VERNISSAGE DE L'EXPOSITION LE VENDREDI 25 NOVEMBRE À 18H30 À LA MJC

- SAMEDI 3 DÉCEMBRE À 19H30 :
Zapero's « Lolo swing » (chanson swing) avec une bourse aux jouets (hall MJC)

- DÉCEMBRE 2011 :
Soirée Rock/Salsa à la MJC

- 28 JANVIER 2012 :
« Les temps dansent » à la MJC

- 17 MARS 2012 :
concert Rock'n Tarn à la MJC

- JUIN 2012 :
Présentation des activités des clubs (danse, théâtre, musique, expositions, etc.) à la MJC

- 15 JUIN 2012 :
Gala de danse à 21h à la salle de spectacle de Gaillac

- 21 JUIN 2012 :
Fête de la musique

DE JANVIER À JUIN, UNE PROGRAMMATION D'EXPOSITIONS ET SPECTACLES UNE FOIS PAR MOIS : MUSIQUE, THÉÂTRE, DANSE,...

En partenariat avec diverses structures locales et départementales, elle favorise l'éveil culturel de la ville : Le service des évènements culturel et le service jeunesse et lien social de la ville de Gaillac, « La scène nationale d'Albi », l'Adda du Tarn, la Médiathèque de Gaillac, l'association « Rideau rouge »…

En mettant à disposition ses locaux, elle soutient la création artistique et la vie associative locale.

Tarif réduit applicable aux adhérents du réseau des MJC (Carte Astuce)

ACCUEIL DES SPECTACLES DANS LA CADRE DE LA PROGRAMMATION CULTURELLE DE LA VILLE DE GAILLAC 4EME SEMESTRE 2011 :

DU 12 AU 18 SEPTEMBRE :
«cirque Zampanos » chapiteaux sur l'esplanade goudronnée devant la MJC,

LE VENDREDI 21 OCTOBRE 21H :
« Dom Juan »

LE DIMANCHE 4 DÉCEMBRE 17H :
« Je viens avec toi » (musique, théâtre, danse)

ACTION JEUNES

L'ACTION JEUNES A POUR BUT DE PRENDRE EN COMPTE LES BESOINS ET LES PRÉOCCUPATIONS DES JEUNES, EN MATIÈRE DE SPORTS, DE LOISIRS OU DE CULTURE.

CERTAINS PROJETS D'ANIMATION NAISSENT À PARTIR DE DEMANDES DE JEUNES ET D'AUTRES SONT PROPOSÉS PAR L'ÉQUIPE DE PROFESSIONNELS QUI FAVORISE L'INITIATION À DE NOUVELLES AVENTURES PERSONNELLES ET COLLECTIVES…

ACCUEIL DE LOISIRS 6>17 ANS

PENDANT LA PÉRIODE SCOLAIRE (DU MARDI AU SAMEDI)

L'accueil de loisirs est ouvert aux 6-17 ans les mardis, jeudis et vendredis de 17h à 19h et le mercredi de 9h à 18h en continu. Il est ouvert également le samedi de 9h à 18h en continu pour les 10-17 ans.

Baby-foot, tennis de table, jeux de raquettes, jeux collectifs, jeux de société, jeux de cartes… sont à disposition.

ATELIERS À L'ANNÉE :

GUITARE ACOUSTIQUE ET ÉLECTRIQUE

Le mardi de 17h10 à 18h pour les 2e années
- 10-13 ans

Le mardi de 18h à 18h50 pour les 2e années
- 13-17 ans

GUITARE CLASSIQUE (DÉBUTANTS)

Le mercredi de 10h à 10h50
- 8-10 ans

Le mercredi de 11h à 11h50
- 7-8 ans

Le mercredi de 15h à 15h50
- 10-13 ans

Le mercredi de 16h à 16h50
- 14-17 ans

ATELIER SCIENTIFIQUE

- Le mercredi de 9h30 à 10h30 pour les 6-8 ans
- Le mercredi de 11h à 12h pour les 8-10 ans
- Le mercredi de 14h à 16h pour les 10-17 ans
- Le jeudi de 17h à 19h pour les 10-17 ans
- Le samedi de 14h à 16h pour les 10-17 ans

Découvre de manière ludique l'Univers infini des Sciences (électronique, énergie électrique, éolienne, solaire, astronomie…) et réalise diverses maquettes en utilisant plusieurs matériaux (bois, carton, liège, métal…).

Scier, chantourner, percer, visser… Développe ton côté bricoleur pour la réalisation des modèles que tu auras choisis et ton côté artistique pour les customiser (véhicules, jeux de société…).

PHOTO

- Le mercredi de 14h à 15h30 et de 15h30 à 17h

Prise de vue, développement de négatifs et positifs, initiation à la photo numérique.

HIP-HOP

- Le mercredi de 14h à 15h.

ROLLER ET JEUX EN ROLLER

- Le samedi de 10h à 12h.

Des sorties à la patinoire sont prévues dans le cadre de cet atelier.

SORTIES

SAMEDI 1ER OCTOBRE : PAINTBALL

SAMEDI 12 NOVEMBRE : LASERQUEST

SAMEDI 10 DÉCEMBRE : MARCHÉ DE NOËL À TOULOUSE

SAMEDI 28 JANVIER : PATINOIRE

SAMEDI 10 MARS : BOWLING

SAMEDI 28 AVRIL : ATLANTIS

SAMEDI 26 MAI : CITÉ DE L'ESPACE

SAMEDI 23 JUIN : QUAD

PENDANT LES VACANCES SCOLAIRES (DU LUNDI AU VENDREDI, DE 9H À 18H.)

STAGES : manga, graff, musique, chant, théâtre, danse, skate…

RENCONTRES SPORTIVES ET CULTURELLES AVEC D'AUTRES MJC.

SORTIES : BMX, équitation, paint-ball, piscine, patinoire, bowling, walibi, Cap découverte…

SÉJOURS À LA NEIGE, LA MER…

ACCUEIL INFORMEL POSSIBLE TOUTE LA JOURNÉE



L'AIDE AUX DEVOIRS

La MJC propose des temps d'aide aux devoirs (Français, Maths, Anglais, Espagnol, Histoire…) pour accompagner les enfants et les jeunes dans leur scolarité, du CP à la terminale.

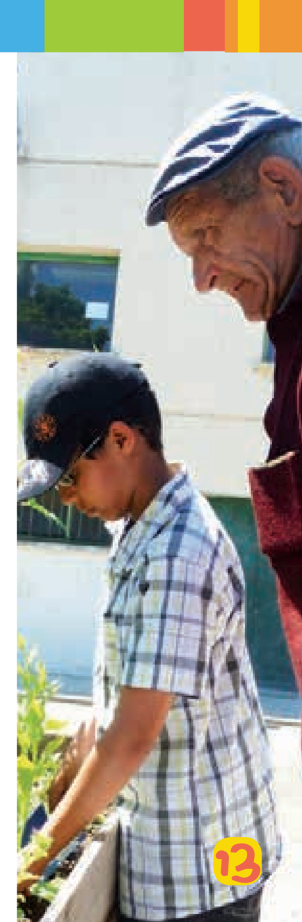
Ces temps se déroulent dans le cadre de l'accueil de loisirs :

- Le mercredi de 17h à 18h
- Le vendredi de 17h à 18h pour les 6-10 ans
- Le vendredi de 18h à 19h pour les 10-17 ans

Et pendant les vacances scolaires : créneaux précisés sur les plaquettes correspondantes à chaque période de vacances

Cette action est encadrée par des animateurs professionnels, un professeur des écoles et des bénévoles.

La M.J.C recherche toujours des bénévoles pour individualiser au maximum ce soutien, répondre aux besoins des jeunes et ainsi contribuer à leur réussite scolaire.



ACTION JEUNES

INFOS PRATIQUES

COMMENT S'INSCRIRE À L'ACCUEIL DE LOISIRS ?

Rapporter le dossier complet + l'adhésion à la MJC
(Présence des parents obligatoire à l'inscription)
ACCUEIL, RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTIONS PAGE 16

LES TARIFS DES ACTIVITÉS DE L'ACCUEIL DE LOISIRS :

- Adhésion 7€
- Paiement à la ½ journée (3€) ou journée (6€) ou Passeport accueil de loisirs : 20€ ou 35€ à l'année (en fonction des revenus). Il se substitue aux paiements à la demi-journée ou journée.
- Supplément de 25 ou 50€ pour les ateliers à l'année.
- Supplément variable pour les sorties.

LES AIDES DES ORGANISMES PUBLICS ET PRIVÉS

Notre accueil de loisirs est habilité à recevoir les Pass Accueil, Pass Loisirs et Pass Vacances délivrés par la MSA, les Tickets Collégiens et les chèques ANCV. Lors des séjours d'été, notre structure est habilitée à recevoir les Bourses du Conseil Général et de la Jeunesse au Plein Air.

COORDONNÉES DE L'ACTION JEUNES

Lignes directes : 05 63 57 01 73 ou 06 77 82 28 60
email : secteurjeunes@mjcgaillac.org ou franck@mjcgaillac.org
Site : http://www.mjcgaillac.org



COLLECTIF MUSIQUES 15 ANS ET+

http://www.myspace.com/collectifmusiques

Le Collectif Musiques permet à chacun d'acquérir de nouvelles connaissances dans le domaine musical, à travers différentes expériences :

- L'utilisation d'une salle de répétition : les groupes répètent sur des créneaux hebdomadaires fixes. Vous pouvez utiliser cette salle en étant adhérent de la M.J.C et en participant à l'entretien du matériel.

- L'organisation de concerts, de la conception à la réalisation : chaque année, une trentaine de jeunes du Collectif Musiques participent à l'organisation et à la programmation de concerts : le Winter Festival, le Rock'n Tarn à la M.J.C, la fête de la musique place d'Hautpoul...

- La recherche de financements, de partenaires pour l'achat de matériel de musique.

- Les stages en lien avec l'accueil de loisirs : travailler certains morceaux, formation son, enregistrement de démos, stage de rap, de scratch pour découvrir les techniques de mixage, Musique Assistée par Ordinateur (M.A.O), séjour festival… D'autres stages sont envisageables suivant vos propositions…

LE COLLECTIF MUSIQUES SE RÉUNIT RÉGULIÈREMENT LE SAMEDI DE 16H À 18H À LA MJC.

COMMENT S'INSCRIRE AU COLLECTIF ?

- Retirez une demande d'adhésion
(7€ pour les moins de 18 ans, 16€ adultes, 11€ chômeurs, R.S.A, étudiants)

- 10 € pour l'entretien du matériel et 150 € de caution, si vous utilisez la salle de répétition
(présence des parents obligatoire pour les mineurs).

- Toutes les infos sur les concerts et le Collectif Musiques :
http://www.myspace.com/collectifmusiques



MJC
MODE D'EMPLOI

Accueil • Renseignements • Inscriptions des CLUBS D'ACTIVITES
Du lundi au samedi : 9h30-12h / 14h30-18h
Château Pichery • 10 av Aspirant Buffet • 81600 Gaillac
Tél : 05 63 57 03 70 • Fax : 05 63 81 53 44
E-mail : mjcgaillac@mjcgaillac.org • Site : http://www.mjcgaillac.org

Accueil • Renseignements • Inscriptions ACTION JEUNES (Accueil de loisirs)
Mercredi : 9h-13h / 14h-18h • Jeudi : 17h-19h • Vendredi : 9h-12h / 14h-18h • Samedi : 9h-12h / 14h-18h
Château Pichery • 10 av Aspirant Buffet • 81600 Gaillac
Tél : 05 63 57 01 73 • Fax : 05 63 81 53 44
E-mail : secteurjeunes@mjcgaillac.org • Franck@mjcgaillac.org • Site http://www.mjcgaillac.org

LA MJC EST UNE ASSOCIATION À BUT NON LUCRATIF, RÉGIE PAR LA LOI 1901.
EN DEVENANT ADHÉRENT (790 EN 2010 DONT 550 JEUNES), VOUS POUVEZ PARTICIPER À LA VIE DÉMOCRATIQUE DE NOTRE ASSOCIATION ET PRATIQUER VOS ACTIVITÉS PRÉFÉRÉES PARMI UNE CINQUANTAINE DE CLUBS PROPOSÉS.
EN OUTRE EN DEVENANT ADHÉRENT DE NOTRE ASSOCIATION VOUS ACCEPTEZ NOTRE RÈGLEMENT INTÉRIEUR.

REPRISE DES CLUBS D'ACTIVITÉS LE 19 SEPTEMBRE 2011 • FIN DES CLUBS D'ACTIVITÉS LE 30 JUIN 2012 (SAUF DANSE CLASSIQUE, CONTEMPORAINE ET JAZZ)

ADHÉSION



La carte d'adhérent est obligatoire, non remboursable et prise à l'inscription. Elle comprend l'assurance pour la pratique d'une activité et permet des réductions chez certains commerçants Gaillacois et régionaux.

ADHÉSION MJC (CARTE ASTUCE) DE SEPTEMBRE À FIN AOÛT :
7 € : - de 18 ans • 11 € : RSA, demandeurs d'emploi, étudiants • 16 € : Adultes

TARIFS CONDITIONS D'INSCRIPTION

Tous les tarifs des clubs d'activités sont mentionnés à l'année.

Les inscriptions sont enregistrées à l'année. Après un cours d'essai, toute activité engagée est due et doit être réglée dès sa pratique et ne sera remboursée qu'en cas de force majeure (une somme de 20€ sera conservée pour frais administratifs). Tout trimestre entamé est dû.

Une autorisation parentale pour les – de 16 ans est demandée.

Les clubs d'activités ne fonctionnent pas pendant les périodes de vacances scolaires (sauf exception).

La direction se réserve le droit d'annuler un atelier ou un horaire d'atelier si le nombre de participants est insuffisant.

Pour toutes les activités physiques, un certificat médical est obligatoire.

La MJC décline toute responsabilité en cas de perte ou de vols d'objets personnels ou autres.

PAIEMENT - RÉDUCTIONS

(pas de cumul de réductions)

- 10 % : sur la 2e activité (la + chère) ou le 2e membre d'une même famille.
- 15 % : sur la 3e activité (la + chère) ou le 3e membre d'une même famille

  ou + (les inscriptions doivent être prises en même temps).
- 20 % : pour les étudiants/demandeurs d'emploi/RSA.
- Pas de réduction sur les activités de moins de 100€/an.
- Pas de réduction sur tarif couple.
- Différentes aides et réductions possibles (CAF, MSA, ANCV).

N'HÉSITEZ PAS À VOUS RENSEIGNER.

Impression & création : AGSJ - www.imprimerie-albi.com - 05 63 54 10 79

Merci à nos partenaires financiers :



E. LECLERC, LACLAU, SPIE, SACER, SUD-OUEST SIGNALISATION